

Trabajo Fin de Grado

Observar y analizar la propia intervención docente en
Educación Física: La competencia docente tiempo

Autor/es

Alejandro Beired Lafarga

Director/es

Javier Zaragoza Casterad

Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación. Campus de Huesca.

Año 2016

Índice

1. Introducción	4
2. Marco Teórico	6
2.1. Paradigmas de formación del profesorado. ¿Dónde nos situamos?	6
2.2. La observación y análisis de la propia actuación docente.....	10
2.3. Las competencias del profesor de Educación Física: La gestión del tiempo.....	14
2.4. La destreza tiempo en la clase de Educación Física.	24
3. Objetivos	28
4. Apartado Práctico	29
4.1. Contexto y participantes del estudio	29
4.2. Instrumentos utilizados.	30
4.2.1. Grabación de las clases	30
4.2.2. Software	31
4.3. Formación del observador.....	35
4.4. Resultados y discusión.	36
5. Propuestas para aumentar el tiempo de práctica	46
6. Conclusiones	48
7. Anexos.....	49
Anexo 1. Temporalización U.D. ATLETISMO	50
Anexo 2. U.D. ATLETISMO	51
Anexo 3. Grabación de las sesiones.....	56
8. Referencias bibliográficas	57

Observar y analizar la propia intervención docente en educación física: la competencia docente tiempo

Observe and analyse the own educational intervention in physical education: the educational competence time

- Elaborado por Alejandro Beired Lafarga.
- Dirigido por Javier Zaragoza Casterad.
- Presentado para su defensa en la convocatoria de Junio/Septiembre/Diciembre del año 2016
- Número de palabras (sin incluir anexos): 13.689

Resumen

Este trabajo pretende continuar la formación docente, de manera que a través de la metodología observacional, analices de manera individual tus propias sesiones con el objetivo de optimizar el tiempo. La herramienta que vamos a desarrollar se trata de un software libre llamado *LINCE*, que consiste en la creación de un sistema de categorías que nos permita detallar en cada momento de la sesión en qué categoría estamos invirtiendo el tiempo, para posteriormente valorar si estamos gestionando y “exprimiendo” todo lo que podamos el valioso tiempo de la clase de Educación Física.

Palabras clave

Intervención docente, análisis, observación, tiempo.

1. INTRODUCCIÓN

Desde mi experiencia en las prácticas y partir de la literatura consultada, podemos apreciar que las clases de Educación Física comienzan con retraso o acaban antes de tiempo; que se emplea demasiado tiempo en la explicación y presentación de las tareas así como en los aspectos organizativos de la clase; que la utilización de formas de organización ineficaces suponen largas esperas de los alumnos para intervenir; que el alto grado de complejidad de algunas de las tareas que se proponen ofrece pocas oportunidades para favorecer el tiempo de práctica... Siedentop (1998, p. 51), señaló "que alumno necesita practicar para aprender".

Son muchas las destrezas que un buen profesor debe manejar para sacar todo el rendimiento posible a sus sesiones. Pero en este trabajo nos vamos a centrar en la competencia del tiempo. Pienso que es vital aprovechar el tiempo del que dispones en una sesión, no solo en lo que se refiere a mayor compromiso motor, sino también en dar las mejores oportunidades para que practiquen y apliquen de forma autónoma lo aprendido.

También añadir a esta postura que las horas destinadas al área de Educación Física son insuficientes, por ello cobra todavía más importancia la optimización y el rendimiento de cada sesión. Desde el primer momento debemos optimizar el tiempo para conseguir así los objetivos planteados para cada sesión. Si “perdemos” el tiempo en explicaciones demasiado extensas o no adaptamos la organización de la clase en función de los objetivos, no estaremos optimizando todo el valioso tiempo disponible.

Según la legislación de la Comunidad Autónoma de Aragón, en la *Orden de 16 de junio de 2014 Currículo Educación Primaria, Anexo III-A*, para el área de Educación Física en Educación Primaria se destinan un total de 2’5 horas por curso.

A continuación y en forma de tabla presento la distribución horaria semanal en los diferentes cursos de Primaria.

Tabla 1. Legislación de la comunidad autónoma de Aragón (Anexo III-A)

ÁREAS	1º	2º	3º	4º	5º	6º	TOTAL
MATEMÁTICAS	4	4	4	4,5	4,5	4,5	25,5
LENGUA CASTELLANA Y LITERATURA	5	5	5	4	4	4	27
CIENCIAS DE LA NATURALEZA	2	2	2	2	2	2	12
CIENCIAS SOCIALES	1,5	1,5	1,5	2	2	2	10,5
LENGUA EXTRANJERA	3	3	3	3	3	3	18
EDUCACIÓN FÍSICA	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	15
RELIGIÓN/VALORES SOCIALES Y CÍVICOS	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	9
EDUCACIÓN ARTÍSTICA	2	2	2	2	2	2	12
OTRAS ACTIVIDADES LECTIVAS	1º	2º	3º	4º	5º	6º	TOTAL
PROYECTO DE CENTRO	1	1	1	1	1	1	6
RECREO	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	15
TOTAL HORAS LECTIVAS	25	25	25	25	25	25	150

Este trabajo pretende continuar la formación docente, que me permita, “diseñar, desarrollar, analizar y evaluar mi propia práctica”. A través de la observación directa de mis propias sesiones y a través de un software libre, el cual detallaremos más adelante, podremos ver si realmente estamos optimizando el tiempo tan preciado del aula con nuestros alumnos.

Dejar bien claro desde el primer momento, que esto no es un trabajo de investigación. Por ello, los datos obtenidos son meramente informativos para el docente de su intervención, de esta manera, el docente a través de los resultados obtenidos podrá mejorar su propia práctica docente.

Está claro que lo ideal sería que entre un grupo de profesores se observasen y valorasen las sesiones de este sujeto. De manera que la investigación fuese más objetiva posible, pero basándonos en la realidad cotidiana de los centros, esto va a tener una dificultad enorme.

Por lo tanto, creo que a través de este diseño de categorías para observar, el desarrollo de la sesión, su posterior análisis y finalmente la evaluación crítica de los resultados, puede ayudarme como docente en el desarrollo de mi intervención como docente.

2. MARCO TEÓRICO

Este marco teórico atenderá básicamente a dos apartados. El primero hará referencia a la importancia de la observación de la propia actuación docente en el proceso de formación del profesor y dentro de los paradigmas de formación. Un segundo apartado hará referencia a las destrezas docentes que debe manejar el profesor en su intervención y concretamente me centraré en la variable tiempo.

2.1.Paradigmas de formación del profesorado. ¿Dónde nos situamos?

La formación del profesorado según Pérez Gómez (2000) puede orientarse desde diferentes paradigmas (perspectiva académica; perspectiva técnica; perspectiva práctica; perspectiva de reconstrucción social). Este trabajo se sitúa por un lado en la órbita del paradigma técnico que concibe el profesor como un técnico preocupado por conocer y

aplicar eficazmente diferentes destrezas docentes. La formación del profesorado se dirige al adiestramiento y entrenamiento de competencias técnicas. Concretamente como nos cita el siguiente autor nos preocupara la necesidad de:

Ofrecer a los profesores instrumentos de interpretación y análisis de la situación en la que se desarrolla su actividad, que les permitan tomar decisiones respecto a su actuación como aprendices y como docentes estratégicos, de manera que se vaya enriqueciendo y ampliando su formación en la interacción con la realidad cotidiana de la práctica profesional. (Monereo et al., 1997, p.52)

Este modelo o paradigma presenta diferentes limitaciones como señala Lucio (2006):

- La formación del profesorado se dirige al adiestramiento y entrenamiento de competencias técnicas.
- Reduce la actividad docente a un nivel instrumental.
- El profesor se entiende como un especialista que aplica determinadas destrezas didácticas válidas en cualquier contexto. Este supone según Martinand, (1994) un reduccionismo de lo que debe ser la profesión docente.
- El paradigma técnico condiciona al profesorado (Furió et al., 1992) para que aplique comportamientos, rutinas y técnicas específicas que puedan ser observables.

Por otro lado, este trabajo se sitúa también dentro del enfoque que entiende al profesor como un profesional reflexivo sobre la práctica. A pesar de la dificultad que supone para el profesor, al ritmo que va la clase, desarrollar la reflexión, defendemos la “reflexión post acción” que es la que se realiza después de ejecutar la acción, con el objetivo de reconocer y analizar los móviles, el contenido y métodos de la acción. Pero esta reflexión no será asumida como una estrategia por los profesores, si, como indica Marcelo (1990), éstos no son continuamente estimulados y apoyados para lograrlo.

Este modelo se centra en uno de los agentes del proceso educativo como es el profesor, cuando en la escuela del siglo XXI, además de esta preocupación se debería descentrar el protagonismo del maestro, dando lugar a una enseñanza más participativa, donde el profesor sea un facilitador. Este trabajo se va a centrar en el propósito de

formar profesionales capaces de responder técnicamente a alguna de las exigencias que plantee la situación educativa.

El perfil de formación asumido en la titulación de grado de Maestro, debe capacitar al futuro y a la futura profesional para observar, diseñar, desarrollar, analizar y evaluar científicamente la propia práctica.

El objetivo principal que subyace la educación, es que los alumnos sean lo más competentes posibles al finalizar su etapa educativa. Para ello, es obvio, que los alumnos deben recibir una enseñanza de calidad que garantice el éxito. Por lo tanto, la necesidad de una buena formación de profesores para garantizar esa enseñanza de calidad, es incuestionable.

Esa enseñanza de calidad no puede ser la misma que hace cincuenta años, los intereses culturales, sociales, tecnológicos, económicos políticos... no son los mismos ahora que entonces. La actualidad demanda un cambio en los planes de formación de los futuros profesores acorde con el pensar de la sociedad actual.

“No es posible el desarrollo del currículum sin el desarrollo del profesor” (Stenhouse, 1987, p. 103). Para ello, es necesaria la implicación de organismos oficiales en su reforma.

Con esta tabla vamos a detallar alguna de las características principales de los posibles paradigmas de formación del profesorado:

Tabla 2. Paradigmas de formación del profesorado (elaboración propia a través de García Ruso (1997).

Paradigma	Características
Paradigma culturalista-tradicionalista	<ul style="list-style-type: none">- centrado en las adquisiciones- profesor transmisor de conocimientos- formación tradicional- papel pasivo del profesor

	<ul style="list-style-type: none"> - practica descontextualizada
Paradigma psicologicista-personalista	<ul style="list-style-type: none"> - centrado en el proceso - profesor orientador del aprendizaje - estilo propio de enseñanza (capacidad reflexiva) - amplio soporte práctico
Paradigma sociologicista	<ul style="list-style-type: none"> - profesor activo - conocimiento crítico - conexión escuela - realidad social
Paradigma técnico-behaviorista	<ul style="list-style-type: none"> - centrado en el proceso - profesor ejecutor de destrezas y competencias - situaciones reales de práctica
Paradigma técnico-crítico	<ul style="list-style-type: none"> - centrado en el análisis - profesor: <ul style="list-style-type: none"> ○ crítico y reflexivo ○ procesador activo de la información ○ investigador en el aula ○ planificador y toma decisiones

Nosotros, como ya hemos avanzado antes, nos vamos a centrar en el último paradigma esquematizado, en el paradigma técnico-crítico. La formación del profesorado a partir de este paradigma pone mucho énfasis en el pensamiento crítico y reflexivo del propio docente.

Este paradigma desarrolla la labor del docente como procesador de la información de manera activa a lo largo de sus clases, en las cuales él mismo analizará y descubrirá el estilo y las estrategias pedagógicas que a él le resultan más efectivas. Este proceso de metodología observacional, permite establecer una enseñanza contextualizada ya que a través del previo análisis tus objetivos van a estar relacionados con lo que ya has visto en anteriores ocasiones, subsanando así posibles errores que hayan podido cometer o simplemente mejoras que has podido descubrir.

Este proceso debe ser lo más objetivo posible, quizás con el análisis de una sesión no es suficiente, es aconsejable analizar las sesiones varias veces antes de sacar ninguna conclusión. Esto te permitirá dar validez a tus investigaciones, lo que posteriormente se convertirá en progreso y mejora para tus próximas sesiones.

Así pues, la formación de los profesores desde este paradigma implicará enfrentar de manera crítica al futuro docente a los contextos sociales, seleccionando alternativas de acción acordes con las situaciones reales, complejas, cambiantes e irrepetibles, reelaborando las decisiones adoptadas.

2.2.La observación y análisis de la propia actuación docente.

Coll y Onrubia (1999) definen el concepto observar como un proceso intencional que tiene como objetivo buscar información del entorno, utilizando una serie de procedimientos acordes con unos objetivos y un programa de trabajo. Como proceso de recogida de información para su posterior análisis, la observación resulta fundamental y tiene como finalidad última, conseguir mejorar la calidad del proceso de enseñanza y aprendizaje, y por consiguiente la formación del profesional docente.

La observación es un proceso de percepción, interpretación y registro sistemático de la conducta que implica una toma de decisiones continua, en que el objeto de estudio lo constituyen comportamientos objetivables, de los alumnos, los profesores o interacciones entre ambos, (Anguera, 1991). La observación debe ser un proceso sistemático que conlleve tomar decisiones y solucionar diferentes cuestiones: ¿qué observar?, ¿quién es el observado?, ¿cómo se observa?, ¿cuándo se observa?, ¿dónde se observa?, ¿qué observaciones se registran?, ¿cómo se analizan los datos y utilidad que se le dan?.

En el contexto educativo, es evidente la consideración del profesor como un elemento del proceso enseñanza-aprendizaje que debe evaluarse. Hay evidencia de que en la enseñanza de la Educación Física existe una gran preocupación por analizar la intervención de los docentes (Fraile, 2004) como medio para mejorar los procesos de enseñanza-aprendizaje (Velázquez et al, (2007).

La técnica de la videograbación viene utilizándose como una estrategia formativa y eficaz que permite por un lado, analizar y evaluar la propia actuación en clase (Osterman y Kottkamp, 1993), así como mejorar las destrezas docentes. La videograbación y el posterior análisis nos permitirá identificar problemas, analizar la intervención desde diferentes puntos de vista, pudiendo así reflexionar sobre su modo de impartir la clase.

En cuanto al campo de la Educación Física y el Deporte, la utilización de la videocámara como instrumento de obtención de información y posterior análisis a través de la visualización de lo grabado, comenzó a utilizarse alrededor de finales de los Setenta. Según Delgado Noguera (1997), el uso de este instrumento es recomendable porque proporciona información verbal y visual de las actuaciones de los profesores in situ, y permite la posterior visualización de dichas actuaciones en cualquier ocasión. Por su parte, García Fernández y Benítez Roca (2002) consideran que la utilización de instrumentos técnicos como las grabaciones en audio-vídeo, en los que la auto-observación desempeña un papel esencial, junto con otros modelos de entrenamiento, ayudan en la formación de profesores en la toma de decisiones, y en la adquisición de habilidades docentes.

En una amplia revisión realizada por Delgado y Tercedor (2002) sobre los instrumentos más frecuentes utilizados en el ámbito de la Educación Física, señalan que existen dos principales métodos de evaluación de la intervención docente: métodos de observación y métodos de experimentación o de rendimiento. Pero realmente es el método de observación el que nos permitirá analizar y evaluar la intervención docente en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Esta metodología observacional se basa en la percepción de conductas, comportamientos por parte de un observador. La principal ventaja de este método es que permite obtener la información tal y como se está produciendo dentro del contexto del

aula (Anguera, 1989). A través de este método, podemos recibir información sin estar distorsionada por nuestras ideas o pensamientos acerca de esa sesión observada.

Este método nos exigirá definir previamente quién es el observador, qué se debe observar y cómo. La observación será más descriptiva que evaluativa, deberá atender a comportamientos concretos. La evolución tecnológica, fundamentalmente a partir de las cámaras de grabación y el vídeo, junto al desarrollo de software para analizar las grabaciones, han facilitado los procesos de observación.

El método de observación es un instrumento válido para ser utilizado por el profesional de la enseñanza, tanto en su actividad evaluadora continua como con fines de investigación (Siedentop, 1998). Posibilita estudiar comportamientos del profesor ante grupos de alumnos en un contexto natural. La metodología observacional, por tanto, y como estrategia particular del método científico, contribuye a cuantificar el comportamiento de los profesores, contextualizados en un ámbito natural del aula (Anguera 1989).

Durante este tiempo dedicado a nuestra formación inicial, se nos ha reiterado en la importancia de una formación sustentada básicamente en torno a actuaciones y no solamente a conocimientos teóricos descontextualizados. Esto significa que en la adquisición de las competencias docentes, la acción pasa a tener una gran importancia. El planteamiento sobre el que gira este trabajo se fundamenta en las modalidades de formación basadas en la reflexión y sobre la acción docente, impulsadas principalmente por Schön y Zeichner en los años 90. Desde esta perspectiva se entiende la reflexión como una herramienta crítica para mejorar la intervención docente y por tanto favorecer los aprendizajes.

Richards y Lockhart (1994, p. 11), señalan que un enfoque reflexivo de la enseñanza implicará que “profesores expertos y noveles recogen datos acerca de su labor, examinan sus actitudes, creencias, presuposiciones y práctica docente, y utilizan la información obtenida como base para la reflexión crítica sobre la enseñanza”.

La reflexión según Perrenoud (2004, p. 13) debe tener los siguientes objetivos:

- Desarrollar la capacidad de reflexionar en plena acción.
- Desarrollar la capacidad de reflexionar sobre la acción en el recorrido previo y posterior a la tarea o interacción.
- Desarrollar la capacidad de reflexionar sobre el sistema y las estructuras de la acción individual o colectiva.

Desde este trabajo vamos a defender el docente como un práctico reflexivo y por tanto como un profesional autónomo en su práctica profesional, aun entendiendo que “la práctica reflexiva no es suficiente, pero es una condición necesaria para hacer frente a la complejidad. Perrenoud (2004, p. 55).

Para desarrollar el proceso reflexivo del futuro maestro, entendemos que la observación es un instrumento básico de reflexión para su formación y por tanto, será esta metodología la que emplearemos en este trabajo considerándola una herramienta formativa. Dentro de las dos orientaciones diferentes en lo que se refiere a las intenciones en la observación de la clase (aprender y evaluar), nuestro trabajo se centrará en el carácter formativo y no en el evaluador, puesto que en el marco de este trabajo, la observación no es calificada ni evaluada. Por tanto, nuestra intención es considerar la observación como un proceso descriptivo e interpretativo que favorezca la toma de conciencia y la reflexión de los profesores noveles. Se trata de favorecer una capacidad en el futuro profesor que depende de su habilidad para observar e interpretar las sesiones de clase y que facilita la comprensión del aula y la mejora de la actuación del docente.

El proceso de observación que seguiremos será:

1. La grabación en vídeo de las sesiones de clase. Las grabaciones ofrecen información que los profesores pueden utilizar en su desarrollo profesional siempre que se cumplan además otros cuatro requisitos en este proceso:
 - a. Capacidad de análisis o introspección
 - b. Aceptación de la responsabilidad en el proceso de formación
 - c. Decisión de efectuar cambios

d. Realización de los cambios

2. La observación de clases grabadas. Aunque bien es cierto que los beneficios de la observación entre iguales, es decir, entre los propios compañeros en formación, es muy interesante, en este trabajo proponemos la autoobservación de clases grabadas ya que en la realidad educativa puede ser complicado encontrar otros docentes que puedan ayudarnos en la observación.

2.3.Las competencias del profesor de Educación Física: La gestión del tiempo.

Como he nombrado anteriormente, la formación del profesorado dentro de un paradigma técnico-crítico lo define como un profesor crítico con la toma de sus propias decisiones, pero a la vez reflexivo.

Para ello, en primer lugar deberíamos reflexionar sobre ¿cuáles son las competencias que conducen al éxito docente? Diversos autores conectados con la enseñanza de la Educación Física (EF), han argumentado cuales son las variables más importantes que influyen en el complejo proceso de enseñanza aprendizaje, (Piéron, 2005) concretamente señala: la cantidad y calidad de la práctica; la estructura de las tareas; la comunicación con los alumnos; la forma de organización; el clima motivacional; el tamaño de los grupos; la adecuación de las tareas; la formación del profesorado; el contexto escolar y las características del alumnado.

Las competencias profesionales del profesorado en general, pueden organizarse, en 5 ámbitos, siguiendo los informes de diferentes organismos europeos, como el Comité mixto OIT/UNESCO, Eurydice, OCDE, Comisión de las Comunidades Europeas son: *saber* (Competencia científica relacionada con el conocimiento y su gestión), *saber ser* (Competencia intra e interpersonal relacionada con las habilidades personales, la orientación y la gestión y promoción de valores), *saber hacer qué* (que incluye la Competencia didáctica relacionada con el proceso de enseñanza-aprendizaje, programaciones, didácticas específicas de áreas, materias y módulos, atención a la diversidad, gestión de aula, recursos y materiales didácticos y evaluación de los alumnos y la Competencia organizativa y de gestión vinculada con la normativa, la planificación, la coordinación y la gestión de calidad en el centro), *saber hacer cómo* (que incluye Competencia en trabajo en equipo; la Competencia en innovación y

mejora, la Competencia comunicativa y lingüística y la Competencia digital). Por último el ámbito del *saber estar* (Competencia social-relacional, conectada con las relaciones sociales entre personas y la participación en comunidad).

En este sentido y contextualizado en la Educación Física, Hernández Álvarez (2000). Señala los cuatro ejes entorno a los que debería construirse la formación del profesorado de educación física:

- El conocimiento del sujeto al que se enseña: integrar los saberes provenientes de las ciencias sociales y biológicas en una visión integradora de la persona (aspectos físico-motores, desarrollo cognitivo, psicoafectivo y socioafectivo de la persona)
- El conocimiento de las manifestaciones culturales del movimiento: que orientaría de que la finalidad de nuestra área se conecta con el discurso de la participación y el aprendizaje, huyendo del discurso del rendimiento motor/deportivo.
- La concepción amplia de la didáctica: viéndose la educación física como una disciplina orientada a los procesos de enseñanza-aprendizaje, teniendo en cuenta tanto las variable internas que suceden en el aula como las variables externas que suceden en la sociedad.
- El conocimiento de la propia disciplina y de sus profesionales: integraría la formación social y personal de los docentes, los cuales deben iluminar las diferentes visiones que conviven en su concepción, con el fin de desarrollar una visión personal de la docencia de la educación física.

Este trabajo se sitúa básicamente, en el ámbito de la competencia profesional denominada Saber hacer qué (competencia didáctica). Esta competencia está ligada con el propio proceso de aprendizaje y cómo es gestionado este proceso por el profesor para favorecer los aprendizajes. Nos centraremos concretamente en una de las destrezas docentes que tiene que manejar el profesor en su intervención en la clase de Educación Física: La gestión del tiempo de la clase. En la enseñanza de la Educación Física, distinguimos cuatro variables que tienen un papel determinante en la consecución de los objetivos educativos: tiempo que el alumno dedica a las actividades motrices, clima de

la clase, feedback y control de la clase. La destreza tiempo es una de las competencias docentes que más preocupa a los profesores por su conexión con la adquisición de los aprendizajes (Lozano, Viciano, 2002). Las competencias docentes en Educación Física. Un estudio basado en la competencia gestión del tiempo y la organización de la clase. Viciano, (Investigación en Educación Física y Deportes. Reprografía digital. Granada, 75-94) y con la propia eficacia de la intervención docente.

En este sentido Blázquez (2013) en su documento *Diez competencias docentes para ser mejor profesor de educación física. La gestión didáctica de la clase*. Revista Digital de Investigación Educativa VII Edición. Agosto Año III, 2013, señala que el tiempo asignado a nuestra materia es muy escaso y las exigencias de enseñanza son muy altas. De ahí surge una lógica preocupación de optimizar las condiciones de actuación del alumnado para que tenga consecuencias en un mejor aprendizaje.

Siguiendo a Blázquez (2013) nos cita “diez competencias docentes para ser mejor profesor de educación física”, con la finalidad de enseñar a los futuros docentes a manejarlas y llevarlas a cabo para conseguir un mayor éxito en su docencia como maestro de educación física. La idea que intenta transmitir con este documento, es que para desenvolverte bien como docente, antes debes conocer todos aquellos componentes que abordan esta profesión para posteriormente dominarlos. De esta manera, el autor simplifica y selecciona todos estos componentes en 10 competencias docentes, las cuales debe dominar asegurando así mayor efectividad en la práctica.

A continuación voy a hacer un resumen de lo aportado por este autor en relación a la identificación de competencias en el oficio de enseñar en educación física:

Competencia 1. Diseñar, preparar y concebir la clase como el espacio y tiempo en el que hay que decidir todos los componentes previsibles de la gestión didáctica para intervenir eficazmente con el alumnado en el logro de los objetivos y competencias.

Esta cuestión, hace referencia a la preparación de la sesión que vamos a realizar, y para ello debemos realizar un *plan de clase* en el cual podamos anticiparnos no solamente a las tareas que el alumno va a realizar o a la secuenciación en el tiempo que nos va a demorar, sino también debemos anticiparnos a aquellos problemas que puedan surgir en clase. Debemos ser capaces de interpretar la realidad de nuestra clase para

poder así atender la diversidad, porque está claro que las clases hoy en día están repletas de multiculturalidad, y eso hay que gestionarlo de una manera diferente, ya que va a repercutir de una manera o de otra a la largo de la sesión. No solamente me refiero a esta diversidad cultural, sino también a la diversidad dentro de nuestra propia cultura, porque está claro que no estamos tratando con máquinas, tenemos que tener claro desde un principio que no todos los alumnos aprenden por igual y tenemos que tenerlo en cuenta a la hora de diseñar nuestra sesión. Debemos ser capaces de adaptar nuestra sesión para que todos los alumnos puedan por lo menos ser capaces de realizar toda la práctica física expuesta en la sesión de educación física, porque no hay que olvidarse que el principal objetivo de la asignatura es que los niños realicen actividad física.

Competencia 2. Gestionar la progresión de los aprendizajes mediante secuencias didácticas adaptadas al alumnado, garantizando el respeto a la diversidad a través de estrategias adecuadas y materiales específicos.

Es de vital importancia, saber gestionar bien la progresión que queremos que lleven nuestros alumnos a lo largo de nuestra unidad didáctica, porque una mala progresión puede hacer que no consigamos el aprendizaje final que deseamos. Lo primero que debemos hacer es seleccionar las tareas que consideremos que son adecuadas para nuestro grupo-clase que van a desarrollar siempre unas situaciones problemáticas que deberán ser resueltas por nuestros alumnos. Pero no solamente basta con seleccionar bien las tareas, es igual de importante, distribuir las adecuadamente en el tiempo que nos va a llevar la unidad didáctica, puesto que una tarea muy difícil al principio podría llevar a muchos niños a perder el interés y el que tan difícil es devolver; o también una unidad didáctica con pocas sesiones, ya que hay que darle siempre un tiempo al niño para que asimile los conceptos, sino estará todo el trabajo perdido.

En conclusión, debemos de tratar de adecuar nuestra unidad didáctica a un periodo de tiempo adecuado para así conseguir que afloren aquellos aprendizajes que deseamos que surjan. El niño es una esponja que todo lo absorbe, pero tenemos que tener claro que necesitan de un periodo de tiempo para asimilar los conceptos y así poder adquirirlos de manera significativa.

Competencia 3. Observar y diagnosticar al inicio, para trabajar a partir de las representaciones y estructuras que dispone el alumnado, adaptando las propuestas de enseñanza-aprendizaje de forma más eficiente.

Sería un error muy grave, ponerse a diseñar una sesión de cualquier que sea el contenido sin haber antes realizado una evaluación inicial. Por muy bien que diseñemos el plan de clase que vamos a llevar a cabo (competencia 1) y esté muy bien secuenciado (competencia 2), necesitamos siempre que se empiece un nivel, unidad didáctica, ciclo educativo, etc. realizar una evaluación inicial.

Dicha evaluación, no solamente se realiza a los alumnos que vamos posteriormente a evaluar, también se deben tener en cuenta otros factores como el entorno en el que nos vamos a desenvolver, o los recursos de los que disponemos para realizar la unidad didáctica.

Si realizamos una evaluación inicial correcta, sabremos qué sabe el alumno y nos dará pistas sobre que metodologías utilizar para desarrollar eficazmente la unidad. Hay que tener claro, que si el aprendizaje final es significativo habrá sido gracias a la anterior evaluación inicial llevada a cabo, donde se habrán forjado los principios necesarios para posteriormente adquirir esos aprendizajes.

Competencia 4. Diseñar e implementar las diferentes metodologías en la enseñanza de la educación física para el aprendizaje de nuevas habilidades, capacidades y competencias.

La clave del cambio está en la metodología, que es en lo que realmente se centra el papel del docente, pero no solo esto hay que tener en cuenta para ser eficaz a la hora de diseñar la metodología a llevar a cabo en tu clase, también es importante los estilos de aprendizaje del alumnado y las características propias de los contenidos. Sí que es cierto que en cuanto a lo que al docente corresponde, incide mucha más importancia en la metodología que va a realizar, pero un buen docente debe tener en cuenta que los estilos de aprendizaje de los alumnos son muy diferentes de unos a otros, quizás unos tienen éxito con unos aprendizajes concretos y quizás otros tienen éxito con otros aprendizajes diferentes, por ello el maestro debe ser capaz de dar una amplia gama de oportunidades para que si un alumno no aprende exitosamente de una forma, pueda reconducirse por

otra que le sea más útil y llegar así a su objetivo. También un profesor competente debe saber que según qué tipo de contenidos estés trabajando, estos pueden tener unas características muy diferentes a otros contenidos, de esta manera el docente debe disponer de aspectos que favorezcan dicho aprendizaje tanto a unos como a otros.

Competencia 5. Crear y mantener un clima positivo estableciendo las normas, rutinas, orden y disciplina, para optimizar las condiciones del aprendizaje.

La clase de educación física tiene unas características propias que la hacen especial del resto de clases, no solamente por el espacio físico en el que se realiza. Esto lo digo porque en la clase de educación física es donde el alumno puede vivenciar mejor que en cualquier otra clase todas las situaciones emocionales. Esto es un aspecto que debemos de tener muy en cuenta, ya que nos permite trabajar unos contenidos y unos valores personales del niño que no solamente le van a ayudar en la escuela, sino también fuera de ella. Esto es muy importante, porque debemos tener en cuenta que no estamos formando alumnos, sino personas que dentro de unos años van a salir de la escuela y muchos de ellos quizás no van a seguir estudiando, van a necesitar unos valores para poder así convivir adecuadamente en sociedad. El docente debe crear un clima positivo para así mejorar las condiciones de aprendizaje, esto significa que el profesor debe establecer una serie de normas y reglas que establezcan en los alumnos unas restricciones mejorando así el bienestar conjunto tanto de los propios alumnos, como del profesor. De esta manera el profesor disminuye la instrucción del profesor y es cuando aumenta en ellos la capacidad de autorregularse.

Esta no es una cuestión fácil, puesto que dónde más sino que en la clase de educación física es donde surgen el mayor número de conflictos y esto no ayuda con la creación de un clima positivo en el aula, pero esto no debemos verlo como algo negativo, todo lo contrario. Si creamos un modelo idílico en el cual no surjan problemas (algo improbable), no estaremos reflejando la realidad a la que se van a enfrentar nuestros alumnos, pienso que es bueno que surjan problemas para que posteriormente aparezcan esas habilidades resolutivas y así les sirva en un futuro para resolver problemas personales más graves.

Competencia 6. Conocer e identificar las diferentes formas de organización social del grupo para aplicarlas en las actividades como medio para favorecer el éxito en el desarrollo de la clase.

Está claro que para que emerja el proceso enseñanza-aprendizaje en la escuela, deben existir relaciones entre las personas, estas relaciones se establecen mediante las interacciones. En el contexto de la escuela podemos ver dos tipos de interacciones, entre el profesor y el alumno, y entre los propios alumnos.

Mediante estas interacciones el docente debe identificar y explorar a sus alumnos para posteriormente facilitar todo lo que esté en su mano y favorecer así el éxito en el desarrollo de la clase.

A partir de aquí, hay que pensar que no solo los alumnos son los beneficiados de este sistema, el profesor también debe nutrirse de sus alumnos para mejorar en sus aspectos como docente y sobretodo como persona. Los alumnos también aprenden mucho entre sí, es decir, interaccionando entre ellos mismos adquieren muchas capacidades y habilidades las cuales seguro que no serían adquiridas si no fuesen de esta manera.

Competencia 7. Utilizar los medios didácticos, las instalaciones y los recursos materiales, rentabilizando al máximo sus posibilidades, para beneficiar los logros del aprendizaje.

Uno de los aspectos importantes dentro del área de la educación física, son los recursos materiales de los que engloba para trabajar. Dentro de ellos encontramos infinidad de posibilidades, hacen que el niño explore, descubra o contemple sensaciones que no puede vivenciar con ningún otro material igual. Tenemos que darnos cuenta de la magnitud que abarcan para facilitar aquellos logros personales que pueden llegar a conseguir con estos materiales didácticos si se trabaja de forma adecuada.

Aparte de que el profesor sepa manejar bien estos materiales, sepa bien cuándo incluirlos y cómo incluirlos en las sesiones, el docente también se tiene que desenvolver en la situación de no tener la posibilidad de gozar de estos materiales. Para ello el docente deberá disponer de una “chispa” de creatividad y poder crear o conseguir algún material parecido que reemplace dicho material que no dispone el centro. Hoy en día, según que materiales ya es habitual encontrar en los centros públicos de clase media,

pero en según qué centros, sobretodo rurales, todavía no tienen una disponibilidad importante de materiales como para ejecutar una sesión con una ratio de alumnos normal.

Competencia 8. Comunicar, presentar y explicar la información de forma comprensible, precisa y bien organizada, utilizando las técnicas más adecuadas para la transmisión y comprensión.

Otra de las claves del éxito en el proceso enseñanza-aprendizaje es la comunicación que utiliza el profesor. Un profesor competente tiene que saber utilizar de forma adecuada su lenguaje para causar en el alumno unas capacidades que más adelante le permitan resolver un problema. No solo debe manejar un amplio vocabulario del léxico, sino también debe tener siempre un tono de voz adecuado, puesto que un tono inadecuado con niños puede ocasionar la pérdida de la comunicación.

Este no solo debe manejar la comunicación verbal, sino también debe tener un perfecto control de la comunicación no verbal, que cuando hablamos de comunicación siempre queda en un segundo plano y también se puede transmitir mucha información sin necesidad de utilizar las palabras. Mantener un contacto visual o realizar según que gestos faciales, puede ayudar al alumno a entender una situación la cual podría ser totalmente diferente si de otro contacto o gesto se tratase. También realizar movimientos con las manos y brazos o mantener una postura y una distancia corporal adecuada puede mejorar la interacción entre dos personas, ayudar a fluir mejor la conversación y mejorar la comunicación.

Competencia 9. Optimizar las condiciones para mejorar las oportunidades de actividades y experiencias para un aprendizaje más eficaz.

Está claro, que siempre queremos que en nuestra clase se aproveche el tiempo lo mejor posible, que todo alumno cumpliera siempre el promedio de actividad física adecuado en nuestra sesión, pero el tiempo es el que es, y como ya sabemos en educación física no es excesivamente amplio.

Como solución, debemos optimizar el tiempo lo más que podamos, es decir, darle al niño la mayor posibilidad de experiencias para que practique y vivencie, y a partir de

ahí pueda adquirir el mayor número de conocimientos y habilidades posibles de una manera eficaz y rica.

Competencia 10. Adaptar y ajustar el proceso de enseñanza y los problemas de aprendizaje de los alumnos.

Algo muy importante para el docente y a su vez, también para el alumno, es la capacidad de reacción del docente cuando aparecen errores en sus alumnos. Este es un caso que no siempre se afronta de manera correcta y es muy importante saber cómo actuar en este tipo de situaciones tan significativas para nuestros alumnos. El profesor debe actuar de manera eficaz frente a estas situaciones, puesto que será clave para el éxito del alumno en la ejecución de la tarea.

Para ello el docente debe tener en cuenta las causas de los errores, es decir, analizar los estilos de aprendizaje que está utilizando el alumno para ver dónde está el problema. Una vez encontrada la causa, el maestro también deberá analizar el modo de intervención que va a llevar a cabo, puesto que según qué situaciones deberá realizar uno u otro. Según el modo de intervención que lleve a cabo, el alumno reaccionará de una manera u otra, por ello debemos de prever anteriormente cual debería ser nuestra intervención para así asegurar la mejora del alumno.

Esto no es un trabajo fácil, el docente debe estar atento en todo momento de las acciones que va realizando el alumno para posteriormente adecuar las tareas a las necesidades que presenten estos alumnos.

Como conclusión, considera que una de las competencias que debe adquirir el profesor de Educación Física, será que *optimizar el tiempo* ya no es sólo una cuestión de aumentar el *compromiso motor*, sino que pasa por dar las mejores oportunidades para que practiquen y apliquen de forma autónoma lo aprendido.

Por otro lado, Del Villar (2001) determina que la profesión docente es una tarea compleja. Siguiendo a este autor, la propuesta de eficacia en el aula pasa por los siguientes aspectos:

- Conseguir un alto porcentaje de tiempo dedicado a practicar el contenido de enseñanza.

- Plantear las tareas motrices con alto grado de individualización, proporcionando elevados tiempos de práctica motriz exitosa.
- Desarrollar un clima positivo del aula, donde las relaciones profesor-alumno se basen en la empatía y mutua confianza, y las relaciones interpersonales sean predominantemente cooperativas.
- Plantear las estructuras organizativas de tal modo que la utilización del material y el espacio de práctica estén encaminados a favorecer el compromiso motor individual.
- Proporcionar información técnica al alumnado sobre las tareas de enseñanza, de forma clara y estructurada, previa a la ejecución de las mismas.
- Proporcionar información frecuente y de calidad al alumnado sobre la ejecución motriz realizada.

Para poder desarrollar adecuadamente estos aspectos y por tanto que exista una eficacia docente, el profesor o profesora debe dominar las cuatro destrezas docentes que se plantean a continuación (Del Villar, 2001):

1. Presentación de las tareas de enseñanza.
2. Corrección de la ejecución del alumnado.
3. Aprovechamiento del tiempo de práctica motriz.
4. Organización del aula de aprendizaje.

Desde nuestro punto de vista un profesor competente será aquel que sea reflexivo, que domine las destrezas docentes (entendidas como “conjunto de conductas técnicas que realiza el profesor en el aula y que le permiten enseñar con mayor eficacia” Del Villar (2001, p.182), pero también la capacidad de analizar y reflexionar sobre su actuación, proponiendo nuevas alternativas de intervención.

2.4. La destreza tiempo en la clase de Educación Física.

Hoy en día estamos inmersos en una sociedad inactiva, es decir, donde predomina la inactividad, el sedentarismo y los malos hábitos alimenticios. Anteriormente, estos factores solo se veían en la población adulta y en mayores, sin embargo desde hace una década el problema está incidiendo en adolescentes y niños.

Es ya una realidad, que muchos niños la única actividad física que realizan a lo largo del día o de la semana, es la actividad física proporcionada en las clases de educación física. Este es uno de los principales factores por el cual debemos mejorar el tiempo de actividad en nuestras clases.

El tiempo como dimensión y competencia docente en el contexto de la educación empieza a tener importancia con las intervenciones de Carroll (1963). Este propone un modelo en el cual el tiempo aparece como la variable más importante para explicar el aprendizaje escolar. El autor divide el tiempo entre el tiempo transcurrido por el alumno en clase y el tiempo necesitado para el aprendizaje.

Define el tiempo transcurrido por el alumno en clase como la relación existente entre la oportunidad y la perseverancia, siendo la oportunidad el tiempo de duración de la clase y la perseverancia el porcentaje de tiempo en el que los alumnos están implicados en el proceso de aprendizaje.

También define el tiempo necesitado para el aprendizaje como la relación entre la capacidad de aprendizaje del alumno, la calidad de la instrucción recibida, los conocimientos previos; variables que dificultan la medida.

El resultado es el tiempo de compromiso en la realización de la tarea del contexto de enseñanza-aprendizaje. Este se calcula multiplicando el porcentaje del tiempo transcurrido por el número de sesiones distribuidas en el calendario escolar.

Otros autores como Bloom (1976), siguiendo esta línea, manifiesta la importancia de tener el tiempo suficiente para dar instrucción de calidad al alumno, además de indicar la importancia de otras variables como la planificación y organización del proceso enseñanza-aprendizaje.

Huitt (1995) desarrolla su modelo de enseñanza, que procura categorizar y organizar todas las variables, incluyendo las contextuales. Destaca su redefinición del tiempo como “tiempo de compromiso con éxito”, basándose en la definición de Caldwell, Huitt & Graeber (1982), quienes lo describieron como el “tiempo que el alumno está implicado aprendiendo con éxito”.

Como conclusión, podemos considerar que dos son las categorías principales que intervienen en la variable del tiempo: las competencias del profesor y las conductas del alumno, a las que se les puede añadir mezcla de categorías como el clima del aula, alumno-lider, etc.

Una vez bien definida la destreza del tiempo, como ya he nombrado antes, Olmedo Ramos (2000) en su artículo *Estrategias para aumentar el tiempo de práctica motriz en las clases de Educación Física* nos presenta una serie de recursos y estrategias que nos ayuden a reducir el tiempo dedicado a la presentación y organización de las tareas propuestas en clase.

La finalidad que conlleva este apartado no es otra que la de arañar los máximos minutos posibles para beneficiar así el tiempo de práctica y por consiguiente el aprendizaje del niño.

Para ello, Olmedo Ramos (2000), contrastado con diversas fuentes, analiza los diferentes tiempos que existen en la sesión de educación física y estudia las acciones que puedan repercutir y restar algo de tiempo.

Las estrategias y recursos metodológicos que presenta finalmente son muchos, vamos a detallar los más destacados en la siguiente tabla:

Tabla 3. Estrategias para aumentar el tiempo (elaboración propia a través de Olmedo Ramos (2000))

Tiempo Registrado de la Sesión	<ul style="list-style-type: none">- Reunir a los alumnos en un mínimo de tiempo al iniciar la sesión.- Motivar a los alumnos hacia las
---------------------------------------	---

	<p>tareas que se van a desarrollar.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pasar lista durante el desarrollo de alguna tarea. - Presentar los contenidos por medio de juegos o formas jugadas. - Finalizar las tareas antes de que aparezca el cansancio o aburrimiento.
Tiempo disponible para la práctica	<ul style="list-style-type: none"> - Enlazar o relacionar la explicación con la demostración. - Acotar las explicaciones cuando se detecte disminución de la atención. - Cerciorarse de que todos han captado la información con alguna pregunta. - Pasar rápidamente de la reunión a la actividad.
Tiempo de Organización	<p>Intentar evitar:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Colocar el material necesario mientras los alumnos miran. - Cambiar continuamente de agrupamientos. - Largas filas de espera. - Pausas demasiado largas.
	<p>Trataremos de:</p>

	<ul style="list-style-type: none"> - Hacer partícipe a los alumnos en la colocación y ordenación del material antes y después de la sesión. - Aprovechar al máximo todo el material y el espacio disponible. - Procurar que la evolución de los agrupamientos sea coherente.
Tiempo de compromiso motor (tiempo de aprendizaje)	<ul style="list-style-type: none"> - Establecer metas alcanzables. - Dosificar las cargas. - Utilizar variantes de un mismo ejercicio. - Permitir alcanzar un cierto grado de éxito en las tareas para asegurar motivación. - Propiciar aprendizajes significativos. - Fomentar un clima que favorezca el aprendizaje. - Utilizar alumnos lesionados como ayudantes. - Formar equipos homogéneos.
Tiempo empleado en la tarea	<ul style="list-style-type: none"> - Relacionar las tareas con los objetivos planteados. - Observar, corregir y reforzar

	<p>positivamente.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Recoger propuestas de los propios alumnos. - Evitar tareas demasiado complejas.
--	--

La dedicación a la Educación Física dentro del currículum de Primaria (Ley Orgánica de Mejora de la Calidad Educativa, LOMCE), es de dos horas y media lectivas semanales, lo que quiere decir que tendríamos una media de diez horas mensuales y con ello noventa horas lectivas en el curso escolar. Aunque realmente son 2h y media semanales, la realidad demuestra que muchos minutos de estas horas se pierden en aspectos organizativos, en el traslado del aula hasta el recreo/polideportivo... Olmedo Ramos (2000) *Estrategias para aumentar el tiempo de práctica motriz en las clases de Educación Física escolar. Apuntes: Educación física y deportes*, 59, 22-30). Solamente la competencia docente en el manejo de la variable tiempo, podrá aumentar los tiempos efectivos que favorezcan los aprendizajes. Los docentes deberán saber gestionar correctamente el tiempo que establece el currículum para la clase de Educación Física, para así poder desarrollar las competencias que se establecen en el currículum para esta etapa educativa.

3. OBJETIVOS

Partiendo por tanto de la necesidad de evaluar los comportamientos del profesor en el proceso de mejora del rol docente y en definitiva del proceso enseñanza-aprendizaje, y conociendo la adecuación del método de observación para analizar la información que transmite el profesorado en el aula de Educación Física, los objetivos de este estudio son:

1. Observar y analizar la propia intervención docente con relación a la gestión del tiempo en varias clases de Educación Física. Con ello pretendíamos “educar la observación” con el fin identificar las conductas y rutinas que los docentes llevan a cabo durante la práctica diaria en relación a la gestión del tiempo.

2. Familiarizarme con la metodología de observacional, a partir del manejo y utilización del software Lince que me permitirá analizar mi actuación docente como medio de adquirir competencias y favorecer mi desarrollo profesional, orientado hacia un docente autónomo y responsable de sus propias decisiones en la intervención.

4. APARTADO PRÁCTICO

4.1.Contexto y participantes del estudio

Distinguiremos dos tipos de participantes: profesor-observador y el alumnado. El participante clave es el alumno responsable de este trabajo en su intervención docente durante sus prácticas dentro de la mención de Educación Física.

El centro donde he realizado dichas prácticas es el *Colegio Salesiano “San Bernardo” de Huesca*, el cual es de titularidad de la Congregación Salesiana, y está situado en la Avda. Monreal 14, en el límite de la zona del casco antiguo y una zona de nueva construcción. Es un centro concertado de educación Infantil, Primaria y Secundaria, con 26 unidades: 6 de Infantil, 12 de Primaria y 8 de Secundaria.

Nuestros alumnos provienen de todos los barrios de la ciudad. El nivel socioeconómico de las familias es medio, predominando los cabezas de familia asalariados y pequeños industriales, y trabajadores en el sector Servicios. Las familias suelen estar preocupadas por la evolución y la educación de sus hijos. Acuden mayoritariamente a las reuniones, tanto generales como a entrevistas individuales y colaboran y aceptan de buen grado las orientaciones que se les dan desde el colegio.

El Colegio Salesiano “San Bernardo” de Huesca, como centro educativo de la Iglesia, fundamenta su pensamiento ideológico y su actuación en el Evangelio, centrando su método educativo en el sistema preventivo introducido por San Juan Bosco en sus obras, y las orientaciones de la pedagogía actual.

El aula se compone por un grupo natural de estudiantes de 24 alumnos/as del 2º curso de educación primaria. Destacar que ningún alumno tiene necesidades educativas especiales, por lo que las clases se diseñaron y desarrollaron con normalidad.

4.2. Instrumentos utilizados.

Es un estudio observacional de la conducta del profesor de Educación Física durante 3 clases de Educación Física, donde el profesor aplica la Unidad didáctica que pactó con su tutor del Colegio durante las prácticas de mención.

Las sesiones forman parte de una Unidad Didáctica de atletismo, concretamente corresponden a las sesiones (1,2 y 3). La temporalización de las sesiones grabadas, observadas y analizadas se indica en las tablas que insertamos en el anexo 1. Temporalización U.D. Atletismo y los contenidos de dichas sesiones aparecen en el anexo 2. U.D. Atletismo, indicando el número de sesión, los objetivos de aprendizaje, las tareas en el orden en que se realizaron.

La observación realizada es una observación indirecta, a partir de la grabación previa en vídeo de las 3 clases de Educación Física, que aparecen en formato mp4 en el anexo 3. Grabación de las sesiones.

Los instrumentos que hemos realizado para observar y posteriormente analizar son los siguientes:

4.2.1. Grabación de las clases

Las grabaciones se realizan durante la sesión de Educación Física utilizando una cámara SONY HD AVCHD PROGRESSIVE. Esta cámara nos permite grabar en alta definición, lo que conlleva una buena resolución para después en el análisis de la sesión podamos captar todos aquellos detalles con rigurosidad.

Las grabaciones se realizan en un ángulo de visión fijo, a través de un trípode el cual nos permite englobar una visión tanto de los alumnos en su totalidad a lo largo del espacio, como del profesor en todo momento.

También la utilización de un micrófono para grabar el audio de las sesiones es esencial, puesto que muchas veces aunque conozcas tus propias sesiones puedes no tener claro si en un tiempo específico lo estabas utilizando para el conocimiento de los Resultados o para la Corrección. Por eso también utilizamos un micrófono el cual registra todo el audio a lo largo de la sesión.

4.2.2. *Software*

El software utilizado (LINCE) es un instrumento que se sitúa como una herramienta dentro de la Metodología Observacional.

La Metodología Observacional es una estrategia del método científico que plantea la observación sistemática de la realidad y que tiene como objetivo el análisis de la conducta espontánea de un sujeto en un determinado entorno, desarrollando unas categorías que permitirán obtener registros sistemáticos de la conducta, que una vez transformados en datos cuantitativos con un nivel de fiabilidad determinado, permitirán describir y en algunos casos predecir el comportamiento del sujeto en la situación analizada Losada (2013).

Como dice Anguera (1991) la metodología observacional es una herramienta concreta que permite cuantificar los comportamientos o habilidades que surgen de manera espontánea en situaciones reales y que para que se consiga todo esto el sujeto debe cumplir una serie de etapas ordenadas.

El software LINCE está desarrollado por el Laboratorio de Observación de la Motricidad del INEF de Lérida a través de unos investigadores como Gabín, Camerino, Anguera, Castañer (2012). Es el producto final del proyecto I+D+I “Avances tecnológicos y metodológicos en la automatización de estudios observacionales en deporte”. El proyecto consiste en realizar, partiendo de cero, una aplicación de software de observación libre que ayude a los investigadores en su trabajo.

Este software permite definir 3 tipos de datos y/o categorías:

- Datos fijos: Datos que son constantes en cada observación. Por ejemplo, la fecha en la que se realizó la grabación de la técnica, el nombre del profesor observado, ...
- Datos mixtos: Datos que son constantes durante partes de la observación. Por ejemplo: puntuación del combate, penalizaciones de cada judoca...
- Datos variables: Estos son los datos que se modifican constantemente durante la observación: posición del pie izquierdo, flexión de las piernas, posición del brazo derecho, etc.

La aplicación permitirá reproducir un vídeo y pausarlo en cualquier momento. Además se debe poder reproducir a mayor o menor velocidad. También permitirá rellenar los datos fijos, mixtos y variables. El investigador podrá pausar el vídeo en cualquier momento y registrar lo que sucede en el “frame” actual, usando el instrumento de observación.

La aplicación permitirá exportar los datos que se estén trabajando a otros formatos., como por ejemplo a Excel etc.

El investigador deberá definir el sistema de categorías y subcategorías que desea observar y analizar. Concretamente este sistema de categorías deberá ser definido dentro de los datos variables. A continuación expreso las diferentes categorías de observación establecidas con relación a la competencia docente tiempo.

Tabla 4. Categorías de la competencia del Tiempo (elaboración propia)

COMPETENCIA DOCENTE TIEMPO	
TS	TIEMPO DE LA SESIÓN.
TRS	TIEMPO REGISTRADO EN LA SESIÓN.
TRA	TIEMPO REGISTRADO DE ATENCIÓN: Información Inicial General IIG Información Inicial de la Tarea IIT Información sobre Conocimiento Resultados IICR
TC	TIEMPO PARA LA CORRECCIÓN
TRAM	TIEMPO ACTIVIDAD MOTRIZ
	TIEMPO DE ORGANIZACIÓN

TRO	Tiempo Organización de Alumnos TOA Tiempo Organización Material TAM
TRI	TIEMPO IMPREVISTOS.

- Tiempo de Sesión (TS): Es el tiempo estipulado en el horario para la duración de cada sesión y este tiempo es además el tiempo que nos sirve de referencia para la planificación, tiene un valor en formato horario de hh:mm:ss. También conocido como tiempo programado.
- Tiempo Registrado de Sesión (TRS): Es el tiempo resultante de la suma de todos los tiempos registrados. Tiene un valor en formato horario de hh:mm:ss. También conocido como tiempo útil o tiempo funcional.

Por lo tanto sería el tiempo que resulta de sustraer del tiempo programado el tiempo empleada en que los alumnos se desplacen al lugar de la actividad y se cambien de vestuario, por tanto, se circunscribe al tiempo que el alumno está en la pista. Cabe destacar que este valor puede ser mayor al Tiempo de Sesión (TS).

- Tiempo Registrado de Atención (TRA): Es la suma de los tiempos en los que el alumno atiende formado por el tiempo registrado de Información Inicial General, Información Inicial de la Tarea, Conocimiento de Resultados. Se obtiene un valor en formato horario hh:mm:ss.
 - Información Inicial General (IIG): Tiempo que se dedica al principio de la Sesión, cuando el alumno aún no ha iniciado actividad motriz, para informar del desarrollo de la misma.

También se registrará en esta subcategoría si simultáneamente al dar información descrita en el párrafo anterior se organizan los alumnos y/o material.

No se registrará en esta subcategoría si simultáneamente al dar la información en el párrafo primero los alumnos realizan actividad motriz.

- Información Inicial de la Tarea (IIT): Tiempo que se dedica al principio de la Tarea, cuando el alumno aún no ha iniciado actividad motriz, para informar del desarrollo de la misma.

También se registrará en esta subcategoría si simultáneamente al dar información descrita en el párrafo anterior se organizan los alumnos y/o material.

No se registrará en esta subcategoría si simultáneamente al dar la información en el párrafo primero los alumnos realizan actividad motriz o recuperación de la Tarea anterior.

- Información sobre Conocimientos de Resultados (IICR): Tiempo que se dedica durante la Sesión, cuando el alumno no está realizando actividad motriz o recuperación, para darle el Conocimiento de Resultados.

También se registrará en esta subcategoría si simultáneamente al dar información descrita en el párrafo anterior se organizan los alumnos y/o material.

- Tiempo para la Corrección (TC): Tiempo que se dedica para dar feedback y corregir a los alumnos, los cuales están cometiendo errores en la ejecución o simplemente se les quiere dar unas pautas para su posterior mejora. La corrección puede ser tanto técnica como táctica de las tareas.
- Tiempo Registrado de Actividad Motriz (TRAM): Es la suma de los tiempos en los que el alumno realiza Actividad Motriz, se obtiene un valor en formato horario de hh:mm:ss. Pudiendo ser esta actividad motriz, según el tipo de ejecución, simultánea, alternativa y consecutiva.
- Tiempo Registrado de Organización (TRO): Es la suma de los tiempos en los que se organiza la actividad formado por el tiempo registrado de organización

de los alumnos y de colocación del material, se obtiene un valor en formato horario de hh:mm:ss.

- Tiempo de Organización de los Alumnos (TOA): Tiempo dedicado a la agrupación, distribución, situación, o a cualquier otro aspecto de Organización de los alumnos.

No se registrará en esta subcategoría si simultáneamente estuviesen en fase de recuperación, o recibiendo Conocimiento de Resultados.

- Tiempo de Organización del Material (TAM): Tiempo dedicado a la agrupación, distribución, situación, o cualquier otro aspecto de Organización del Material.

No se registrará en esta subcategoría si simultáneamente estuviesen en fase de recuperación, o recibiendo Conocimiento de Resultados.

- Tiempo Registrado de Imprevistos (TRI): Tiempo dedicado a cualquier circunstancia derivada de la práctica o incluso externa a la práctica de la actividad física no incluida en las categorías anteriores. Ej: Lesiones

4.3.Formación del observador.

Se realizaron varias reuniones entre el tutor de la Universidad y el alumno responsable del TFG y que hacía de observador. En estas reuniones se plantearon y definieron con precisión, las categorías a observar para que el observador pudiera entenderlas. El tutor de la Universidad explicó el manejo del programa LINCE y cómo se puede definir en el programa las categorías a observar. En posteriores reuniones se hicieron prácticas para que pudiera familiarizarme con el manejo del programa y de las categorías. Antes de realizar la observación de las 3 sesiones, tuve que hacer la observación de otras 3 clases de otro contenido diferentes, a modo de entrenamiento siempre en presencia del tutor.

También participé en un seminario de seis horas de formación, en el cual Marta Castañer y Oleguer Camerino de la universidad de Lleida, realizaron un taller sobre el “Software de registro, codificación y análisis de datos observacionales” a través de

LINCE, el instrumento que he utilizado en este trabajo propio de la metodología observacional.

Situados en el marco de la metodología observacional, este seminario ofrece una formación basada en supuestos prácticos e imágenes reales de aula para conocer los procedimientos de análisis de vídeo.

El seminario está contextualizado a la observación docente, ya que es en el campo en el cual nosotros le vamos a dar uso.

Los principales objetivos del seminario son:

- Conocer el proceso de construcción de instrumentos de observación para el análisis de documentos videográficos.
- Realizar prácticas observacionales videográficas a partir del software libre LINCE.
- Conocer los procedimientos de registro y la calidad del dato de las observaciones.
- Cómo obtener resultados y propuestas de cambio para el aula.

Los contenidos que se trataron en el seminario son:

- Metodología observacional aplicada a la observación docente.
- Diseño observacional.
- Registro y codificación.
- Adaptación de instrumentos de observación para el análisis de datos.
- Métrica del registro observacional.

4.4.Resultados y discusión.

Una vez analizados los vídeos y registrados todos los tiempos en cada una de las sesiones grabadas, el programa LINCE nos permite exportar a Excel los resultados y de esta manera observar los resultados en unas tablas sencillas y claras.

A continuación presento los diferentes resultados observados de cada una de las categorías de la competencia tiempo.

Tabla 5. Resultados. Sesión 1 (LINCE)

TMinutos	TIEMPO
04:38,6	IIG
07:25,7	TRAM
08:22,9	IIG
08:58,4	TOA
13:29,4	TRAM
26:32,7	IIT
27:31,8	TOA
35:21,8	TRAM
35:39,0	TOA
45:19,3	TRAM
49:42,1	IICR
54:21,0	TAM

IIG – Información Inicial General

IIT – Información Inicial de la Tarea

*IICR – Información sobre el
Conocimiento de los Resultados*

*TRAM – Tiempo Registrado de
Actividad Motriz*

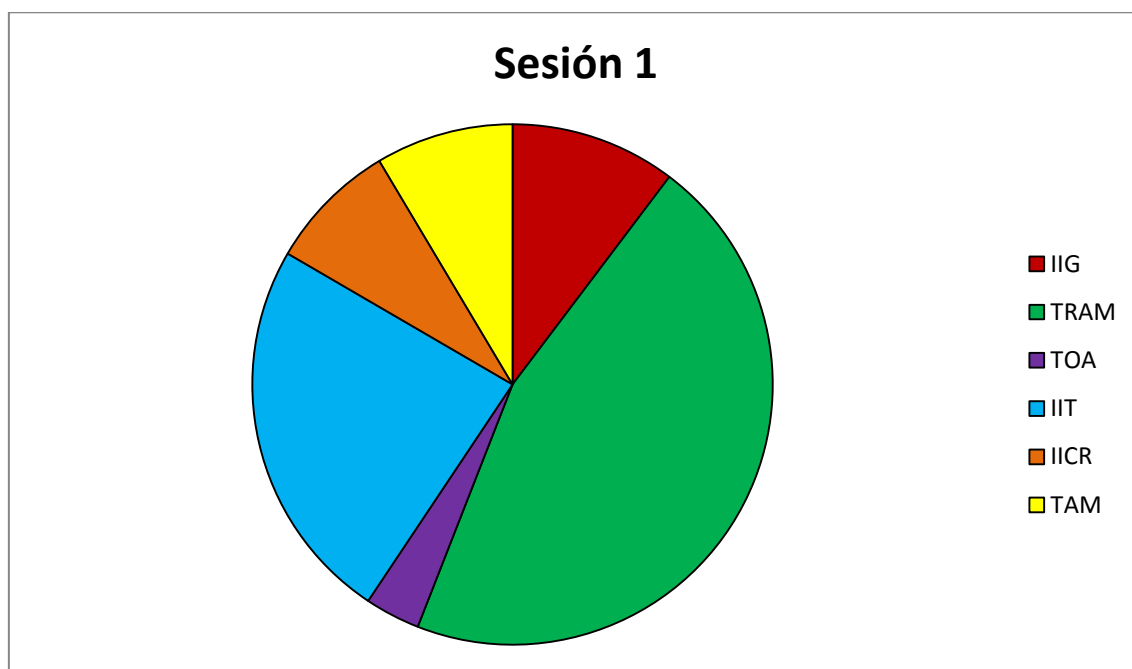
TC – Tiempo de Corrección

*TOA – Tiempo de Organización de los
Alumnos*

TAM – Tiempo de Organización del Material

TRI – Tiempo registrado de Imprevistos

Gráfico 1. Resultados tiempo en total. Sesión 1 (Excel)



IIG – Información Inicial General

TC – Tiempo de Corrección

IIT – Información Inicial de la Tarea

TOA – Tiempo de Organización de los Alumnos

IICR – Información sobre el Conocimiento de los Resultados

TAM – Tiempo de Organización del Material

TRAM – Tiempo Registrado de Actividad Motriz

TRI – Tiempo registrado de Imprevistos

A través de la Tabla 5. Resultados. Sesión 1 (LINCE) podemos observar la gestión del tiempo que el profesor ha llevado durante la sesión. En dicha tabla aparecen contabilizados los tiempos según ha ido transcurriendo la clase y aparecen categorizados según el tipo de tiempo que son. En mi caso, esta ha sido la primera sesión de la unidad didáctica, sin contar la sesión 0 de introducción al atletismo en el

aula. Está claro que la primera sesión siempre cuesta un poco más y siempre resulta más laboriosa la explicación de las tareas y la organización de los alumnos.

Esto se ha visto reflejado en el tiempo que nos han llevado estas dos categorías, como vemos la Información Inicial de la Tarea (IIT) nos ha llevado 13:03, 4 minutos de explicación. Esto se debe a que en la primera sesión de la unidad siempre se debe realizar una explicación más minuciosa de las tareas que vamos a realizar, ya que no se han realizado previamente y no tienen experiencias previas con ese tipo de tareas por lo que los alumnos no pueden hacerse a la idea fácilmente de lo que van a realizar. Por ello la función del maestro estas primeras sesiones va a dedicar un mayor tiempo a la explicación de estas tareas.

Siguiendo esta línea, el Tiempo de Organización de los Alumnos (TOA) también suele ser más longevo las primeras sesiones. Hasta que los alumnos interiorizan la organización que van a llevar a lo largo de la unidad didáctica, las primeras sesiones este tiempo se prolonga algo más. Aunque he de detallar que me ha sorprendido que el Tiempo de Organización de los Alumnos (01:51,8) no ha sido demasiado largo, sí que es cierto que estoy convencido que en las próximas sesiones este tiempo disminuirá, pero aun así los alumnos han respondido bien a la organización en el “trabajo por estaciones”. Esto se debe a que en este centro se trabaja mucho el aprendizaje cooperativo y los alumnos están muy acostumbrados a trabajar en distintas técnicas de trabajo en grupo.

Finalmente destacar que el Tiempo de Registro de Actividad Motriz (TRAM) ha salido un total de 24:48,3 minutos. Lo que nos dice que el alumno ha estado realizando actividad física casi el cincuenta por ciento de la clase. Es un buen dato, puesto que las primeras sesiones quizás suelen ser algo más pasivas, ya que como he nombrado antes contienen explicaciones más longevas y los alumnos suelen estar más tiempo parados.

Tabla 6. Resultados. Sesión 2. (LINCE)

TMinutos	TIEMPO
07:05,3	TRI
11:04,7	IIG
18:30,2	TRAM
19:39,1	TOA
21:33,2	TRAM
25:37,9	TOA
26:56,0	IIT
28:58,2	TRAM
37:08,7	TRAM
44:05,1	IICR
49:46,1	TRAM
51:47,0	TRAM
62:02,8	IICR

IIG – Información Inicial General

TC – Tiempo de Corrección

IIT – Información Inicial de la Tarea

*TOA – Tiempo de Organización de los
Alumnos*

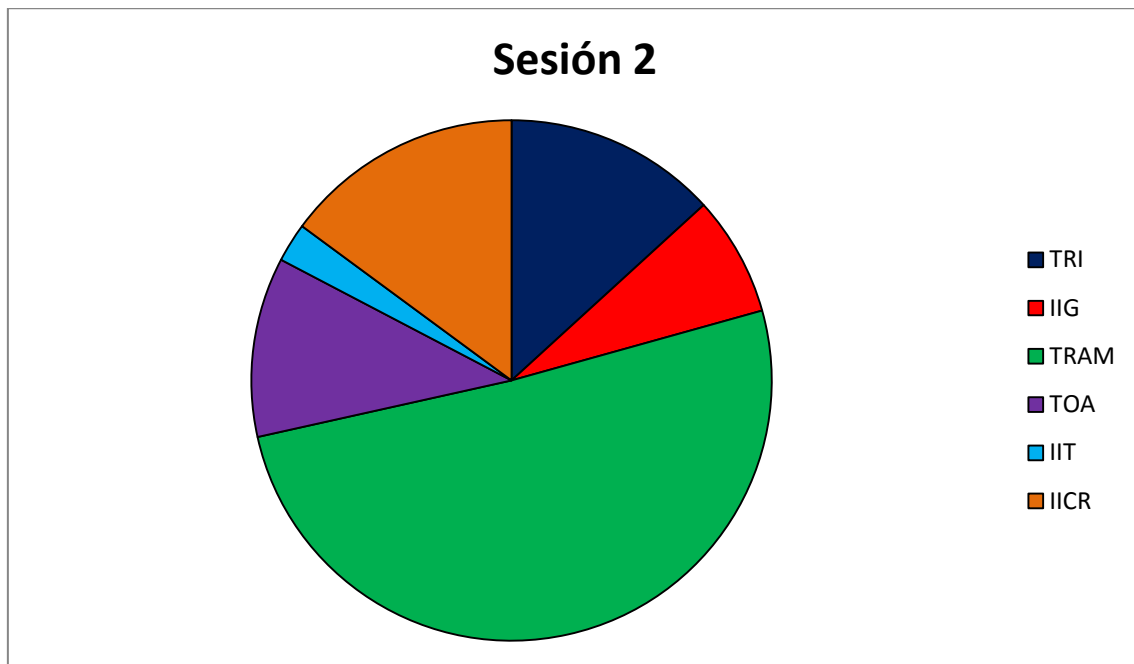
*IICR – Información sobre el
Conocimiento de los Resultados*

*TAM – Tiempo de Organización del
Material*

*TRAM – Tiempo Registrado de
Actividad Motriz*

TRI – Tiempo registrado de Imprevistos

Gráfico 2. Resultados tiempo en total. Sesión 2. (Excel)



IIG – Información Inicial General

TC – Tiempo de Corrección

IIT – Información Inicial de la Tarea

*TOA – Tiempo de Organización de los
Alumnos*

*IICR – Información sobre el
Conocimiento de los Resultados*

*TAM – Tiempo de Organización del
Material*

*TRAM – Tiempo Registrado de
Actividad Motriz*

TRI – Tiempo registrado de Imprevistos

En esta sesión podemos observar de nuevo que el Tiempo Registrado de Actividad Motriz (TRAM) sigue siendo bueno, incluso mejor que la primera sesión, superando el cincuenta por ciento de la clase con 27:14,3 minutos de los cincuenta que disponemos en total. Este alto nivel de actividad física se debe a que desde el calentamiento el niño se ha visto obligado a realizar actividad motriz, esta es una de las claves por las que esta categoría del tiempo es la que más minutos nos lleva de sesión.

En cuanto a los 7:05,3 minutos de Tiempo de Registro de Imprevistos (TRI) se deben a que encendí la cámara minutos antes de que comenzará la sesión y me baje al patio a buscar a los alumnos, entonces hasta que empiezo con el grupo con la Información Inicial General pasan estos minutos mencionados que determino categorizarlos como imprevistos.

Por último destacar que en esta segunda sesión aumenta el tiempo de la Información Inicial del Conocimiento de los Resultados (IICR). Esto se debe que en esta segunda sesión el aumento de contenido a nivel curricular dentro de la unidad didáctica aumenta, puesto que el niño ya ha vivenciado diferentes tareas por lo que él mismo puede empezar a plantearse soluciones a los problemas planteados. De esta manera, el aumento de tiempo de esta categoría hace que el alumno vaya siendo capaz de darse cuenta de los resultados que ha ido realizando a lo largo de las sesiones, tanto de la misma como en comparación con las anteriores.

Tabla 8. Resultados. Sesión 3. (LINCE)

TMinutos	TIEMPO
03:42,2	TRI
06:00,6	IIG
10:56,2	TRAM
11:17,8	TOA
13:50,7	TRAM
14:36,8	IIT
16:50,4	TRAM
21:03,2	IIT
22:25,2	TOA

23:52,8	IIT
25:30,0	TC
26:15,1	IICR
29:58,3	TRAM
31:43,6	IICR
37:21,0	TRAM
38:53,9	IIT
45:43,4	TRAM
47:34,9	IICR

IIG – Información Inicial General

TC – Tiempo de Corrección

IIT – Información Inicial de la Tarea

TOA – Tiempo de Organización de los Alumnos

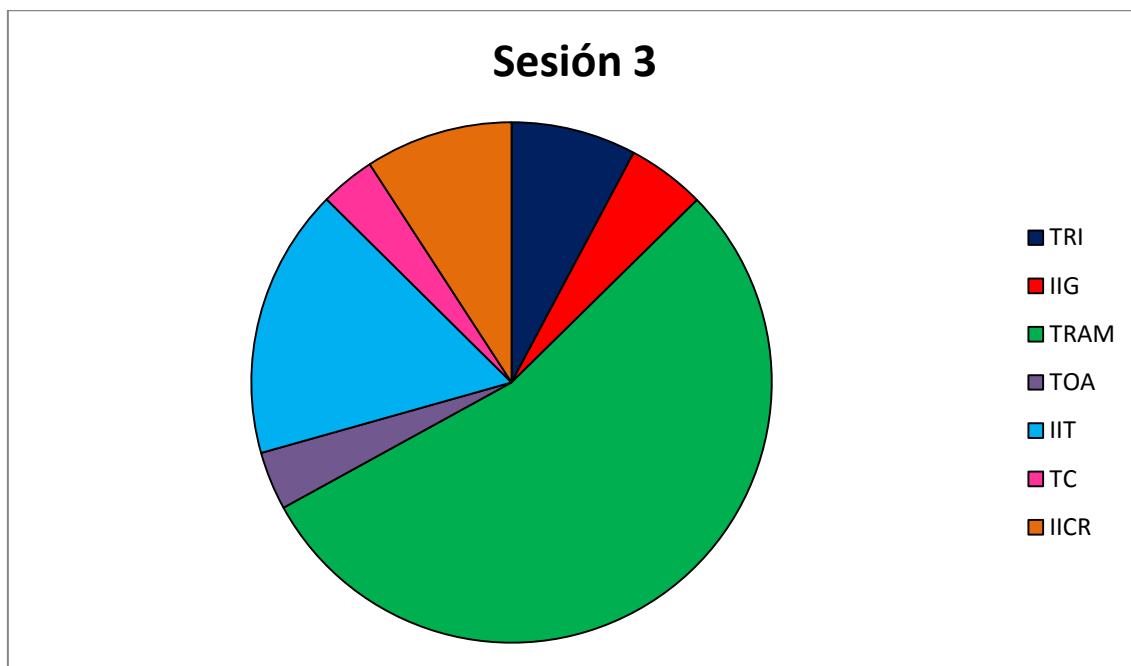
IICR – Información sobre el Conocimiento de los Resultados

TAM – Tiempo de Organización del Material

TRAM – Tiempo Registrado de Actividad Motriz

TRI – Tiempo registrado de Imprevistos

Gráfico 3. Resultados tiempo en total. Sesión 3. (Excel)



IIG – Información Inicial General

TC – Tiempo de Corrección

IIT – Información Inicial de la Tarea

TOA – Tiempo de Organización de los Alumnos

IICR – Información sobre el Conocimiento de los Resultados

TAM – Tiempo de Organización del Material

TRAM – Tiempo Registrado de Actividad Motriz

TRI – Tiempo registrado de Imprevistos

En esta tercera sesión destacar que ya aparece contabilizada la categoría de Tiempo de Corrección (TC). Esto se debe a que ya no estamos en las primeras sesiones, se puede decir que ya pasamos de una fase de “toma de contacto” a una fase de “aprender y progresar”, en la cual ya aparecen las correcciones del maestro para que los alumnos vayan progresando hacia los objetivos previamente establecidos.

También destacar el largo tiempo que se emplea en la Información Inicial de las Tareas (IIT), esto debería de revisarse para ver si en esta categoría podríamos reducir el tiempo de explicación puesto que si los alumnos a lo largo de la sesión están recibiendo largas

paradas de explicaciones, donde ellos tengan que disponer de largos tiempos de atención, finalmente van a desconectar y se va a ver afectada la calidad de la tarea.

Tabla 9. Resumen tiempos sesiones (Excel)

TMinutos	TIEMPO
25:58,3	TRAM
03:57,9	IIG
05:23,7	TRI
05:34,5	IICR
01:37,2	TC
07:26,9	IIT
03:11,4	TOA

IIG – Información Inicial General

TC – Tiempo de Corrección

IIT – Información Inicial de la Tarea

TOA – Tiempo de Organización de los Alumnos

IICR – Información sobre el Conocimiento de los Resultados

TAM – Tiempo de Organización del Material

TRAM – Tiempo Registrado de Actividad Motriz

TRI – Tiempo registrado de Imprevistos

Finalmente, quería concluir este apartado con un resumen de los tiempos que han aparecido tras el análisis de las tres sesiones grabadas. Esta Tabla 9. Resumen tiempos sesiones, está compuesta por la media de los tiempos que han surgido de las tres sesiones.

Desde mi punto de vista, los datos que se detallan en relación al tiempo pienso que son bastante aceptables, puesto que suponiendo que dispongamos de cincuenta minutos de sesión, han aparecido 25:58,3 minutos de media de Tiempo de Registro de Actividad Motriz (TRAM). Esto quiere decir que más de la mitad de la sesión el alumno ha estado realizando actividad física, que es uno de los objetivos primordiales dentro de la educación física.

También destacar que tanto el tiempo medio tanto de Información Inicial General (IIG), como de Información Inicial de la Tarea (IIT) ronda los cinco minutos cada uno empleados en la sesión. Pienso que la temporalidad para esta categoría es adecuada, ya que demorarse más de cinco minutos quizás sería demasiado, puesto que los alumnos desconectarían de la explicación y perderíamos su atención; y hacerlo en menos tiempo de cinco minutos me parecería algo escaso puesto que para realizar una explicación inicial de manera general o una explicación de una tarea debes de dejar muy claro los objetivos que pretendes realizar, las reglas que deben cumplir, la metodología empleada, etc.

Con estos nuevos datos, podemos empezar a sacar conclusiones puesto que ya no se trata del análisis de una sesión puntual, sino que en este caso ya es el promedio de tres sesiones. Está claro, que para llegar a una conclusión de calidad del dato, deberíamos realizar la media con un número más elevado de sesiones analizadas, pero me vuelvo a reiterar en este sentido, con este trabajo no pretendo demostrar ningún tipo de investigación, sino dar a entender las posibilidades de este software adaptado a nuestro campo de la educación.

5. PROPUESTAS PARA AUMENTAR EL TIEMPO DE PRÁCTICA

Después de toda la información recogida durante la elaboración de esta trabajo, he llegado a la conclusión que el aprovechamiento de la sesión para disponer de un mayor tiempo de práctica motriz es fundamental para conseguir los objetivos diseñados. Por ello voy a detallar unas propuestas, que para mí han sido las más significativas, para optimizar el tiempo de práctica.

En cuanto al espacio:

- Reducir el retraso por la distancia entre el aula y el gimnasio compartiendo el tiempo de transición con la clase anterior, es decir, salir 2-3 minutos antes.
- Planificar las secuencias de desplazamiento lo más cortas posibles y utilizar un mismo espacio para diferentes tareas.

En cuanto a los materiales:

- Tener preparado el material cerca del lugar de inicio de clase.
- Planificar el material necesario para cada sesión.
- Implicar a los alumnos en la colocación y ordenación del material.
- Proponer grupos de recogida de material.

Los inicios de la sesión y las explicaciones:

- Concienciar de la puntualidad ante la escasez de tiempo de sesión.
- Pasar lista durante el transcurso de las tareas (calentamiento, durante alguna tarea o vuelta a la calma).
- Disponer a los alumnos de forma que las informaciones dadas sean vistas y oídas por todos.
- Explicar de manera breve, clara y concisa.
- Utilizar un tono de voz enérgico.
- Motivar potenciando la novedad y la sorpresa.
- Definir de manera clara el objetivo de la tarea.
- Emplear la demostración, si es necesaria, combinada con la explicación.

En cuanto a las tareas:

- Plantear pocas tareas (pocas transiciones).
- Realizar variantes sobre las tareas.

- Finalizar las tareas antes de que aparezca el cansancio o aburrimiento.

Otros recursos y estrategias:

- Agrupar de manera rápida y heterogénea.
- Modificar los grupos lo menos posible.
- Usar rutinas comunes a todas las sesiones.
- Mantenerse con firmeza ante decisiones tomadas.
- Presentar los contenidos con juegos o formas jugadas.
- Utilizar feedbacks positivos individuales o colectivos.
- Movilizarse lo máximo posible alrededor de todos los alumnos.

6. CONCLUSIONES

Como ya se ha nombrado con anterioridad, este trabajo no se pretende ajustar a ningún tipo de investigación. Por ello, la conclusión que podemos sacar después del previo análisis y de la concepción de los resultados es que esta herramienta nos permite a nosotros como docentes la posibilidad de analizar nuestras propias sesiones y así tener elementos e información que nos permita reflexionar sobre nuestra intervención docente al objeto de mejorarla.

No solo eso, a través de esta herramienta podemos analizar la gestión de nuestro tiempo en el día a día de nuestras sesiones o unidades didácticas. A través de las videgrabaciones y el posterior análisis con el sistema de categorías necesario, podemos sacar resultados que nos permitan optimizar todo lo posible ese tiempo tan valioso que se está perdiendo.

Esta herramienta nos permite contextualizar nuestras tareas o sesiones de modo que saquemos todo el provecho a las clases y no perdamos ni un minuto del tiempo que se dispone como educadores que somos.

Siguiendo esta misma línea, queda demostrado que la utilización de esta metodología observacional ayuda y facilita la planificación operativa del Tiempo Registrado de

Sesión (TSR), partiendo de la planificación del tiempo según las categorías temporales y no solamente en relación a las tareas. También esta metodología facilita una toma de decisiones más precisa en relación a la competencia docente tiempo, lo que repercute en un aumento del tiempo útil o el Tiempo Registrado de Actividad Motriz (TRAM) de los alumnos en las sesiones de Educación Física, superando incluso el cincuenta por ciento en algunas sesiones detalladas anteriormente.

Es evidente que esta idea pueda parecer algo laboriosa en cuanto a la elaboración del sistema de categorías, la videograbación de las sesiones, el posterior análisis, etc. Pero no cabe duda, que una vez realizado todo este proceso, los resultados vienen muy a corto plazo. Muchas veces no nos damos cuenta de pequeños errores que podemos estar cometiendo o simplemente pequeñas mejoras que podamos aplicar, una vez que hayamos entendido el problema que lo está causando. Esta herramienta nos permite eso, nos facilita la visualización desde fuera de cómo estamos interviniendo en nuestras sesiones, esto nos permite una visión mucho más objetiva a la hora de valorar nuestras sesiones, ya que no solamente te basas en lo que tú crees que haya podido pasar, sino que tienes la visualización de toda la clase en un ángulo mucho más global en todos sus sentidos.

Esto, desde mi punto de vista, es una de las ventajas más importantes a tener en cuenta en la aplicación de esta metodología. Tú puedes haber pasado algo por alto o quizás tú en ese momento piensas que está repercutiendo en la clase de manera positiva, en cambio tras la observación posterior te puedes dar cuenta de que está ocurriendo todo lo contrario.

En definitiva, tener esta posibilidad y poder trasladarla al ámbito educacional y a la continua formación de los docentes creo que puede causar una repercusión muy favorable en el transcurso del aula a lo largo de la toda la etapa escolar.

7. ANEXOS

ANEXO 1. TEMPORALIZACIÓN U.D. ATLETISMO

SESIÓN	0	1	2	3	4	5	6	7	8
Progresión de aprendizaje	Toma de contacto	Conocer el nivel de partida			Aprender y progresar				Valorar los progresos
Contenido de aprendizaje	Presentación unidad (Power Point) Disciplinas del atletismo. Forma de trabajo durante la unidad.	Circuito de saltos.	Expertos 1	Expertos 2	SALTO DE ALTURA	SALTO DE LONGITUD	SALTO DE PÉRTIGA	TRIPLE SALTO	Concurso de salto
Disciplina					SALTOS				
Organización	Individual en clase	Por estaciones (4 grupos)	Grupos de expertos	Grupos de expertos	Grupos nodriza	Grupos nodriza	Grupos nodriza	Grupos nodriza	Por estaciones (parejas)
Instrumentos de evaluación		<u>Lista de control</u>	<u>Lista de control</u>	<u>Lista de control</u>	<u>Rúbrica</u> <u>Lista de control</u>	<u>Rúbrica</u> <u>Lista de control</u>	<u>Rúbrica</u> <u>Lista de control</u>	<u>Rúbrica</u> <u>Lista de control</u>	<u>Lista de control</u> <u>Prueba escrita</u>
Material curricular	Proyector	Conos, colchonetas, gomas, aros, pica, ladrillos	Conos, colchonetas, gomas, aros, pica	Conos, colchonetas, gomas, aros, pica	Conos, colchonetas, gomas, potros	Conos, colchonetas, aros	Conos, colchonetas, picas, ladrillos	Conos, aros	Conos, colchonetas, gomas, aros, pica, ladrillos

ANEXO 2. U.D. ATLETISMO

Unidad de aprendizaje	Salto	Número sesión	1
-----------------------	-------	---------------	---

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> Aprender dinámica de calentamiento. Aprender dinámica de trabajo Asignar responsables de material
Material	Conos, colchonetas, gomas, aros, pica, ladrillos

SITUACIÓN.E-A. TAREAS DE E-A		
NOMBRE APRENDIZAJES	DESARROLLO	TIEMPO
1. Información inicial		
Recordatorio de lo aprendido en la sesión anterior.	<p>Recordar lo visto en la sesión anterior:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Qué modalidades tiene el atletismo? ¿Cuáles vamos a trabajar? ¿En qué gran evento mundial aparece? 	5'
2. Parte principal		
Aprendizaje de la dinámica del calentamiento	<p>1. Calentamiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> Movilidad articular Trotar levantando rodillas, de forma lateral, etc por el ancho del campo. Juego de agrupamientos: levantando rodillas y talones por el espacio y cuando el profesor diga un número se tienen que agrupar tantas personas como el número mencionado. 3 sprints (de pie, de espaldas y sentados) 	15'
Aprendizaje de la dinámica de trabajo	<p>2. . Parte principal: Presentación del circuito, dividido por cuatro estaciones. Demostración en cada una de las estaciones. Insistimos en las condiciones de seguridad para poder saltar.</p> <p>Dividimos la clase en cuatro grupos, cada uno en una estación, y a la señal van cambiando a otras estaciones. Siempre de manera circular.</p>	25'
3. Reflexión final		
Recordatorio de lo aprendido en la sesión	<ul style="list-style-type: none"> ¿Habéis hecho saltos válidos o nulos? ¿Por qué? ¿Sabríais decirme qué estación representa cada modalidad de salto? 	5'

Observaciones

Esta primera sesión se realiza como sesión de evaluación diagnóstica. De manera que los alumnos aprendan la dinámica de trabajo de vamos a realizar a lo largo de la unidad didáctica.

De nuevo, marcaremos énfasis en las condiciones de seguridad , recordando:

- Nunca atravesar la zona de salto
- Ayudar fijando las colchonetas
- Saltar siempre en la misma dirección

Esta sesión nos servirá en un futuro para ver los progresos llevados a cabo a lo largo de las siguientes sesiones.

Unidad de aprendizaje	Salto	Número sesión	2
-----------------------	-------	---------------	---

Objetivos	Aprender trucos de la batida para realizar el salto de manera válida y efectiva.
Material	Conos, colchonetas, gomas, aros, pica, ladrillos

[illegible]

Observaciones

En esta sesión es importante realizar una explicación previa acerca de las fases de un salto. Concretando en la batida, ya que en esta sesión los alumnos deben deducir los trucos pertenecientes a la fase de batida.

***(1) Explicación del puzzle de Aronson.** En clase, los alumnos están divididos por grupos cooperativos de trabajo, donde cada uno desempeña un rol. En este caso, todos los 1 de cada grupo cooperativo van a ser los expertos del salto de altura, todos los 2 van a ser expertos del salto de longitud, todos los 3 van a ser expertos del salto de pértiga y todos los 4 van a ser expertos del triple salto. Ellos son los encargados de descubrir cuáles van a ser los trucos que les van a llevar a realizar un salto válido y efectivo. Para ello realizaremos tareas de contraste que les ayudarán a descubrir el verdadero truco.

***(2) Técnica 1, 2, 6.** Después de cada tarea, para la deducción de la forma correcta de saltar, realizamos la técnica del 1,2,6. Primero piensan individualmente (1), después por parejas (2) y finalmente en grupo (6) cuál es la mejor forma de las que han experimentado para saltar de forma válida. Una vez que se hayan puesto de acuerdo deberán escribir en una ficha el truco que consideran adecuado para su salto.

Unidad de aprendizaje	Salto	Número sesión	3
------------------------------	--------------	----------------------	----------

Objetivos	Aprender los trucos del vuelo y de la caída para realizar el salto de manera válida y efectiva.
Material	Conos, colchonetas, gomas, aros, pica, ladrillos

SITUACIÓN.E-A. TAREAS DE E-A		
NOMBRE APRENDIZAJES	DESARROLLO	TIEMPO
1. Información inicial		
Recordatorio de lo aprendido en la sesión anterior.	<p>Recordar lo visto en la sesión anterior:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Qué modalidades tiene el atletismo? ¿Cuáles vamos a trabajar? ¿Qué trucos sacasteis la última sesión? 	5'
2. Parte principal		
<p>Aprendizaje de la dinámica del calentamiento</p> <p>Aprender los trucos del vuelo y de la caída para realizar el salto de manera válida y efectiva.</p>	<p>1. Calentamiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> Movilidad articular Trotar levantando rodillas, de forma lateral, etc por el ancho del campo. Juego de las contraseñas: trotando por el espacio y cuando el profesor diga: <ol style="list-style-type: none"> Agacharse, tocar el suelo y levantarse. Dos saltos seguidos. Desplazarse de forma lateral. <p>2. Parte principal: Tareas para deducir trucos:</p> <ul style="list-style-type: none"> Dar un giro completo, dar medio giro, cuerpo tenso, cuerpo relajado y dar una palmada en el salto (VUELO) <ul style="list-style-type: none"> Técnica 1,2,6 Caer con la espalda o de espaldas, caer con un pie, caer con dos pies y caer sentado (CAÍDA) <ul style="list-style-type: none"> Técnica 1,2,6 	<p>10'</p> <p>40'</p>
3. Reflexión final		
Recordatorio de lo aprendido en la sesión	<ul style="list-style-type: none"> ¿Qué trucos hemos deducido a lo largo de la clase? ¿Os habéis puesto de acuerdo con vuestro grupo para sacar los trucos? 	5'

Observaciones
En esta sesión volveremos a nombrar las tres fases del vuelo, esta vez centrándonos en el vuelo y la caída. Ya que posteriormente van a deducir los trucos correspondientes a dichas fases.

ANEXO 3. GRABACIÓN DE LAS SESIONES

En la contraportada aparece un DVD, en el cual aparece en formato mp4 las tres sesiones grabadas que detallo anteriormente en el anexo 2. En este Anexo 3. pongo a disposición la visualización de las tres sesiones grabadas y posteriormente analizadas del colegio Salesianos de Huesca en mi paso con las prácticas de mención de Educación Física.

8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Anguera, M^a. T. (1989). *Metodología de la observación en las ciencias humanas*. Madrid: Cátedra.
- Anguera, M^a. T. (1991). *Metodología observacional en la investigación psicológica*. Barcelona: P.P.U.
- Boletín Oficial de Aragón (2014). Orden de 16 de junio de 2014 Currículo Educación Primaria, Anexo III-A.
- Castañer, M. y Camerino, O. (2016). Software de registro, codificación y análisis de datos observacionales, LINCE. Seminario. Celebrado en Huesca, 25 Abril y 10 Mayo de 2016.
- Coll, C., & Onrubia, J. (1999). *Observación y análisis de las prácticas en educación escolar*. Barcelona: UOC.
- Del Villar, F. (2001). La función docente en la Educación Física. En B. Vázquez, et al. *Bases educativas de la actividad física y el deporte*. Madrid: Síntesis.
- Delgado Noguera, M.A. (1997). La autoescopia como medio de formación de profesores de educación física reflexivos y críticos. En M.A. Delgado Noguera (Coord.), *Formación y actualización del profesorado de educación física y del entrenador deportivo* (pp.77-84). Sevilla: Wanceulen.
- Delgado, M. y Tercedor, P. (2002). *Estrategias de intervención en Educación para la salud desde la Educación Física*. Barcelona: INDE.
- Fernández Revelles, A. (2008). El tiempo en la clase de educación física, la competencia docente tiempo. *Deporte y actividad física para todos*. 4. 102-120.
- Fraile, A. (Coord.) (2004). *Didáctica de la Educación Física. Una perspectiva crítica y transversal*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- García Fernández, M^a D, y Benítez Roca, M^a V. (2002). Reconceptualización de la profesión docente mediante el empleo del vídeo. *Pixel-Bit*, 14.

- García Ruso, H M^a. (1997). *La formación del profesorado de Educación Física: problemas y expectativas*. Barcelona: INDE.
- Hernández Álvarez, J.L. (2000). El futuro de la formación del profesorado de educación física. En Contreras Jordán, O. (Coord.), *Formación inicial y permanente del profesor de educación física* (pp. 95-110). Universidad de Castilla-La Mancha.
- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa, Madrid: Boletín oficial del Estado (2013)
- Losada, J. L., Anguera M. T. (2013). Metodología observacional. En F. J. Saravia (Ed.), *Métodos de investigación social y de la empresa* (pp. 601-623). Madrid: Pirámide.
- Lucio, R. (2006). *Algunos paradigmas de formación del profesorado y la Reflexión Metacognitiva. Un paso más hacia la concreción del Enfoque Reflexivo-Crítico*. Docencia, 29.
- Marcelo, G.C. (1990). *El pensamiento del profesor*. Barcelona: CEAC.
- Monereo, C. (1994). *Estrategias de enseñanza y aprendizaje. Formación del profesorado y aplicación en la escuela*. Barcelona: Graó.
- Olmedo Ramos, J. Á. (2000). Estrategias para aumentar el tiempo de práctica motriz en las clases de Educación Física escolar. *Apunts*, 59, 22-30.
- Osterman, K.F. and Kottkamp, R.B. (1993), *Reflective practice for educators*. California: Corwin Press.
- Pérez Gómez, A.I. (2000). La investigación-acción como estrategia de aprendizaje en la formación inicial del profesorado. *Revista Iberoamericana de Educación*, 33, 407-429.
- Perrenoud, P. (2004). *Desarrollar la práctica reflexiva en el oficio de enseñar. 1ª española*. Barcelona: Graó.

- Piéron, M. (2005). Los contenidos de la educación física en el desarrollo de un estilo de vida saludable: una perspectiva internacional. En F. Ruiz Juan, I. Jiménez Gómez, D. Moral Tamajón, I. Urbano Ruiz, y F. Crespín García (Eds). *El maestro de educación física ante la convergencia europea. Posible paso atrás en la educación española, ¿un maestro para todo?* (pp. 91-124). Madrid: Gymnos.
- Richards, J. y Lockhart, C. (1998). *Estrategias de reflexión sobre la enseñanza de idiomas. 1ª española*. Madrid: CUP, Colección Cambridge de Didáctica de Lenguas.
- Siedentop, D. (1998). *Aprender o enseñar la Educación Física*. Barcelona: INDE.
- Stenhouse (1987). *Epistemología de la Educación Física*. Servicio de Publicaciones de la Universidad de Castilla-La Mancha: PEREA Ediciones.
- Velázquez, R. et Al. (2007). Calidad de enseñanza en Educación Física y Deportiva y discurso docente: el caso de la Comunidad de Madrid. *Revista de Educación*, 344, 447-467.